

**ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА, ПОСВЯЩЕННОГО ДНЮ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА
«СОЛДАТАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ» ДЛЯ 9-11 КЛАССОВ**

*Капранов Роман Сергеевич,
преподаватель-организатор ОБЖ,
учитель физической культуры
МБОУ СОШ № 66, г. Краснодар*

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- Профилактика вредных привычек среди обучающихся.
- Совершенствование двигательного опыта посредством физических упражнений, овладения новыми двигательными действиями, формирование умений применять их в различных ситуациях.
- Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания.
- Совершенствование физических и нравственных качеств юношей-допризывников как будущих защитников Отечества.
- Воспитание патриотизма, потребности к занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни.

2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Спортивный зал МБОУ СОШ № 66

3. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ:

Юноши 9-11 классов. Каждый класс представляет команду из 6 человек. Возможны варианты сборных команд 2 классов, в этом случае необходимо название команды.

4. УСЛОВИЯ И ХОД СОРЕВНОВАНИЙ:

Команды принимают участие в полном составе в двух эстафетах. В пяти заданиях команду на каждом этапе будет представлять один человек. В перетягивании каната участвует вся команда.

1. ЗАДАНИЕ (участвует один человек)

Подтягивание на перекладине на максимальное количество раз.

2. ЗАДАНИЕ (участвует один человек)

Приседание на одной ноге (правой и левой) зачет по суммарному результату.

3. ЗАДАНИЕ (участвует один человек)

Комплексное силовое упражнение в течение одной минуты:

- 30 секунд: из положения «лежа на спине, руки на пояснице» подняться и руками коснуться носков ног;

- следующие 30 секунд: в упоре лежа отжимание от пола.

Результат определяется суммой по двум упражнениям.

4. ЗАДАНИЕ (участвует один человек)

Прыжки на скакалке за 30 секунд (максимальное количество раз).

5. ЗАДАНИЕ (участвует вся команда)

Беговая эстафета, необходимо пробежать дистанцию 20 метров (туда и обратно) и передать эстафету следующему участнику команды. Учет результатов по времени.

6. ЗАДАНИЕ (участвует вся команда)

Комплексное упражнение на ловкость. Пробежать 10 метров, выполнить 2 кувырка вперед, пробежать 10 метров в обратном направлении. Результат определяется по лучшему времени.

7. ЗАДАНИЕ (участвует капитан команды)

Одеть капитана в камуфляжную форму, помогает одевать вся команда. Результат определяется по лучшему времени.

8. ЗАДАНИЕ (участвует вся команда)

Перетягивание каната по олимпийской системе.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, НАГРАЖДЕНИЕ КОМАНД.

По желанию организаторов можно добавить конкурс художественной самодеятельности на военно-патриотическую тематику.

ФОТОРЕПОРТАЖ

Праздник спорта открывая,
Всем вам здоровья желаю!
Шлю свой пламенный привет
И желаю всем побед!



А теперь без промедленья
Начинаем построенье!
А построит всех сейчас
Наш 2-й казачий класс!



Начинаем состязанье,
Ждёт победа впереди!
Кто на первое заданье?
Самый смелый, выходи!



Нас упрашивать не надо!
Знаем, каждый здесь не трус!
За любимую команду
Хоть сто раз я подтянусь!



Ни по чём мне эти гири!
Подниму их двести раз!
Потому что лучший в мире
Мой 11-й класс!



За свою команду, братцы,
Триста раз готов отжаться!
Я среди своих друзей
Становлюсь в сто раз сильнеей!



Все вы поняли, что это -
Скоростная эстафета!
Кувыркнулся, побежал,
Эстафету передал!



На армрестлинг вышли двое -
Настоящие герои!
Кто сильнее? Гадать не нужно,
Победит, конечно, дружба!



За любимую команду
Поболеть всегда мы рады!
Посвистеть и покричать
Нас не надо заставляя!



Шесть отчаянных ребят
Тянут с жадностью канат...
Крепкий им канат попался -
Пополам не разорвался!
Ну, чего его тянуть?
Поделитесь как-нибудь!



Ой, ты только посмотри!
Выступают лошкарри!
Хороши! Усы - колечком!
Тает девичье сердечко...



Эх, лезгинка хороша!
Веселись и пой, душа!
Чтобы время не терять,
Приглашаю танцевать!



Вот ещё один герой
Будет рэп читать крутой!
Хоть он с виду - метр с кепкой,
Но реально - парень крепкий!
Поприветствуйте, в эфире -
Чемпион поднятья гири!



Романтический дуэт
Украшает наш концерт!
Как прекрасно! Посмотрите!
Ученица и учитель.
Несказанно хороши!
Льётся песня от души!



Результаты будут скоро...
А пока на сцене - хоры!
Все равны, как на подбор!
Как тут выбрать лучший хор?
Пусть подумает жюри...
Слушай, радуйся, смотри!



Завершились выступления...
Ждём судейского решения...



Результаты огласили,
Победивших наградили!



Все ребята очень рады,
Ведь заслужены награды!



Без наград остался кто-то...
Но понять сумел любой,
Что работать и работать
Нужно много над собой!
Только три могучих слова:
Дисциплина, спорт и труд
Сильным сделают любого
И победу принесут!